菜根谭

【清】洪应明

版权信息

书名：菜根谭

作者：【清】洪应明

中信出版集团制作发行

一

栖守道德者，寂寞一时；依阿权势者，凄凉万古。达人观物外之物，思身后之身；宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉。

二

涉世浅，点染亦浅；历事深，机械亦深。故君子与其练达，不若朴鲁；与其曲谨，不若疏狂。

三

君子之心事，天青日白，不可使人不知；君子之才华，玉韫珠藏，不可使人易知。

四

势力纷华，不近者为洁，近之而不染者为尤洁；智械机巧，不知者为高，知之而不用者为尤高。

五

耳中常闻逆耳之言，心中常有拂心之事，才是进德修身的砥石。若言言悦耳，事事快心，便把此生埋在鸩毒中矣。

六

疾风怒雨，禽鸟戚戚；霁日风光，草木欣欣。可见天地不可一日无和气，人心不可一日无喜神。

七

醲肥辛甘非真味，真味只是淡；神奇卓异非至人，至人只是常。

八

天地寂然不动，而气机无息稍停；日月昼夜奔驰，而贞明万古不易。故君子闲时要有吃紧的心思，忙处要有悠闲的趣味。

九

夜深人静独坐观心，始觉妄穷而真独露，每于此中得大机趣；既觉真现而妄难逃，又于此中得大惭忸。

十

恩里由来生害，故快意时须早回头；败后或反成功，故拂心处莫便放手。

十一

藜口苋肠者，多冰清玉洁；衮衣玉食者，甘婢膝奴颜。盖志以澹泊明，而节从甘肥丧也。

十二

面前的田地要放得宽，使人无不平之叹；身后的恩泽要流得久，使人有不匮之思。

十三

径路窄处，留一步与人行；滋味浓处，减三分让人尝。此是涉世一极安乐法。

十四

作人无甚高远事业，摆脱得俗情便入名流；为学无甚增益功夫，减除得物累便臻圣境。

十五

交友须带三分侠气，为人要存一点素心。

十六

宠利毋居人前，德业毋落人后；受享毋逾分外，修为毋减分中。

十七

处世让一步为高，退步即进步的张本；待人宽一分是福，利人实利己的根基。

十八

盖世功劳，当不得一个矜字；弥天罪过，当不得一个悔字。

十九

完名美节，不宜独任，分些与人，可以远害全身；辱行污名，不宜全推，引些归己，可以韬光养德。

二十

事事留个有余不尽的意思，便造物不能忌我，鬼神不能损我；若业必求满，功必求盈者，不生内变，必召外忧。

二十一

家庭有个真佛，日用有种真道，人能诚心和气，愉色婉言，使父母兄弟间形骸两释，意气交流，胜于调息观心万倍矣！

二十二

好动者云电风灯，嗜寂者死灰槁木；须定云止水中，有鸢飞鱼跃气象，才是有道心体。

二十三

攻人之恶毋太严，要思其堪受；教人以善毋过高，当使其可从。

二十四

粪虫至秽，变为蝉而饮露于秋风；腐草无光，化为萤而耀采于夏日。因知洁常自污出，明每从晦生也。

二十五

矜高倨傲，无非客气；降服得客气下，而后正气伸。情欲意识，尽属妄心；消杀得妄心尽，而后真心现。

二十六

饱后思味，则浓淡之境都消；色后思淫，则男女之见尽绝。故人常以事后之悔悟，破临事之痴迷，则性定而动无不正。

二十七

居轩冕之中，不可无山林的气味；处林泉之下，须要怀廊庙的经纶。

二十八

处世不必邀功，无过便是功；与人不求感德，无怨便是德。

二十九

忧勤是美德，太苦则无以适性怡情；澹泊是高风，太枯则无以济人利物。

三十

事穷势蹙之人，当原其初心；功成行满之士，要观其末路。

三十一

富贵家宜宽厚，而反忌刻，是富贵而贫贱其行矣！如何能享？聪明人宜斂藏，而反炫耀，是聪明而愚懵其病矣！如何不败？

三十二

居卑而后知登高之为危；处晦而后知向明之太露；守静而后知好动之过劳；养默而后知多言之为躁。

三十三

放得功名富贵之心下，便可脱凡；放得道德仁义之心下，才可入圣。

三十四

利欲未尽害人，意见乃害心之蟊贼；声色未必障道，聪明乃障道之藩屏。

三十五

人情反覆，世路崎岖。行不去处，须知退一步之法；行得去处，务加让三分之功。

三十六

待小人，不难于严，而难于不恶；待君子，不难于恭，而难于有礼。

三十七

宁守昏噩而黜聪明，留些正气还天地；宁谢纷华而甘澹泊，遗个清白在乾坤。

三十八

降魔者先降自心，心伏则群魔退听；驭衡者先驭此气，气平则外横不侵。

三十九

教子弟如养闺女，最要严出入、谨交游。若一接近匪人，是清净田中下一不净的种子，便终身难植嘉禾矣！

四十

欲路上事，毋乐其便而姑为染指，一染指便深入万仞；理路上事，毋惮其难而稍为退步，一退步便远隔千山。

四十一

念头浓者，自待厚，待人亦厚，处处皆浓；念头淡者，自待薄，待人亦薄，事事皆淡。故君子居常嗜好，不可太浓艳，亦不宜太枯寂。

四十二

彼富我仁，彼爵我义，君子故不为君相所牢笼；人定胜天，志一动气，君子亦不受造物之陶铸。

四十三

立身不高一步立，如尘里振衣，泥中濯足，如何超达？处世不退一步处，如飞蛾投烛，羝羊触藩，如何安乐？

四十四

学者要收拾精神，并归一路。如修德而留意于事功名誉，必无实诣；读书而寄兴于吟咏风雅，定不深心。

四十五

人人有个大慈悲，维摩屠刽无二心也；处处有种真趣味，金屋茅檐非两地也。只是欲闭情封，当面错过，便咫尺千里矣。

四十六

进德修养，要个木石的念头，若一有欣羡，便趁欲境；济世经邦，要段云水的趣味，若一有贪著，便坠危机。

四十七

吉人无论作用安详，即梦寐神魂，无非和气；凶人无论行事狠戾，即声音笑语，浑是杀机。

四十八

肝受病，则目不能视；肾受病，则耳不能听。病受于人所不见，必发于人所共见。故君子欲无得罪于昭昭，先无得罪于冥冥。

四十九

福莫福于少事，祸莫祸于多心。惟苦事者，方知少事之为福；惟平心者，始知多心之为祸。

五十

处治世宜方，处乱世当圆，处叔季之世当方圆并用；待善人宜宽，待恶人当严，待庸众之人宜宽严互存。

五十一

我有功于人不可念，而过则不可不念；人有恩于我不可忘，而怨则不可不忘。

五十二

施恩者，内不见己，外不见人，则斗粟可当万钟之报；利物者，计己之施，责人之报，虽百镒难成一文之功。

五十三

人之际遇，有齐有不齐，而能使己独齐乎？己之情理，有顺有不顺，而能使人皆顺乎？以此相观对治，亦是一方便法门。

五十四

心地干净，方可读书学古。不然，见一善行窃以济私，闻一善言假以覆短，是又藉寇兵而赍盗粮矣。

五十五

奢者富而不足，何如俭者贫而有余；能者劳而府怨，何如拙者逸而全真。

五十六

读书不见圣贤，如铅椠佣；居官不爱子民，如衣冠盗；讲学不尚躬行，如口头禅；立业不思种德，如眼前花。

五十七

人心有一部真文章，都被残篇断简封锢了；有一部真鼓吹，都被妖歌艳舞淹没了。学者须扫除外物，直觅本来，才有个真受用。

五十八

苦心中常得悦心之趣，得意时便生失意之悲。

五十九

富贵名誉，自道德来者，如山林中花，自是舒徐繁衍；自功业来者，如盆槛中花，便有迁徙兴废。若以权力得者，如瓶钵中花，其根不植，其萎可立而待矣。

六十

春至时和，花尚铺一段好色，鸟且啭几句好音。士君子幸列头角，复遇温饱，不思立好言，行好事，虽是在世百年，恰似未生一日。

六十一

学者有段兢业的心思，又要有段潇洒的趣味。若一味敛束清苦，是有秋杀无春生，何以发育万物。

六十二

真廉无廉名，立名者正所以为贪；大巧无巧术，用术者乃所以为拙。

六十三

攲器以满覆，扑满以空全。故君子宁居无不居有，宁处缺不处完。

六十四

名根未拔者，纵轻千乘甘一瓢，总堕尘情；客气未融者，虽泽四海利万世，终为剩技。

六十五

心体光明，暗室中有青天；念头暗昧，白日下有厉鬼。

六十六

人知名位为乐，不知无名无位之乐为最真；人知饥寒为忧，不知不饥不寒之忧为更甚。

六十七

为恶而畏人知，恶中犹有善路；为善而急人知，善处即是恶根。

六十八

天之机缄不测，抑而伸，伸而抑，皆是播弄英雄、颠倒豪杰处。君子只是逆来顺受，居安思危，天亦无所用其技俩矣。

六十九

躁性者火炽，遇物则焚；寡恩者冰清，逢物必杀。凝滞固执者，如死水腐木，生机已绝。俱难建功业而延福祉。

七十

福不可徼，养喜神以为召福之本而已；祸不可避，去杀机以为远祸之方而已。

七十一

十语九中，未必称奇，一语不中，则愆尤骈集；十谋九成，未必归功，一谋不成，则訾议丛兴。君子所以宁默毋躁，宁拙毋巧。

七十二

天地之气，暖则生，寒则杀。故性气清冷者，受享亦凉薄；唯和气热心之人，其福亦厚，其泽亦长。

七十三

天理路上甚宽，稍游心，胸中便觉广大宏朗；人欲路上甚窄，才寄迹，眼前俱是荆棘泥涂。

七十四

一苦一乐相磨练，练极而成福者，其福始久；一疑一信相参勘，勘极而成知者，其知始真。

七十五

心不可不虚，虚则义理来居；心不可不实，实则物欲不入。

七十六

地之秽者多生物，水之清者常无鱼；故君子当存含垢纳污之量，不可持好洁独行之操。

七十七

泛驾之马可就驰驱，跃冶之金终归型范。只一优游不振，便终身无个进步。白沙云：“为人多病未足羞，一生无病是吾忧。”真确论也。

七十八

人只一念贪私，便销刚为柔，塞智为昏，变恩为惨，染洁为污，坏了一生人品。故古人以不贪为宝，所以度越一世。

七十九

耳目见闻为外贼，情欲意识为内贼。只是主人翁惺惺不昧，独坐中堂，贼便化为家人矣！

八十

图未就之功，不如保已成之业；悔既往之失，不如防将来之非。

八十一

气象要高旷，而不可疏狂；心思要缜密，而不可琐屑；趣味要冲淡，而不可偏枯；操守要严明，而不可激烈。

八十二

风来疏竹，风过而竹不留声；雁度寒潭，雁去而潭不留影；故君子事来而心始现，事去而心随空。

八十三

清能有容，仁能善断，明不伤察，直不过矫，是谓蜜饯不甜，海味不咸，才是懿德。

八十四

贫家净扫地，贫女净梳头，景色虽不艳丽，气度自是风雅。士君子一当穷愁寥落，奈何辄自废弛哉！

八十五

闲中不放过，忙处有受用；静中不落空，动处有受用；暗中不欺隐，明处有受用。

八十六

念头起处，才觉向欲路上去，便挽从理路上来。一起便觉，一觉便转，此是转祸为福，起死回生的关头，切莫轻易放过。

八十七

静中念虑澄澈，见心之真体；闲中气象从容，识心之真机；淡中意趣冲夷，得心之真味。观心证道，无如此三者。

八十八

静中静非真静，动处静得来，才是性天之真境；乐处乐非真乐，苦中乐得来，才是心体之真机。

八十九

舍己毋处其疑，处其疑，即所舍之志多愧矣；施人毋责其报，责其报，并所施之心俱非矣。

九十

天薄我以福，吾厚吾德以迓之；天劳我以形，吾逸吾心以补之；天厄我以遇，吾亨吾道以通之。天且奈我何哉？

九十一

贞士无心徼福，天即就无心处牖其衷；险人着意避祸，天即就着意中夺其魄。可见天之机权最神，人之智巧何益。

九十二

声妓晚景从良，一世之烟花无碍；贞妇白头失守，半生之清苦俱非。语云："看人只看后半截"。真名言也。

九十三

平民肯种德施惠，便是无位的公相；士夫徒贪权市宠，竟成有爵的乞人。

九十四

问祖宗之德泽，吾身所享者是，当念其积累之难；问子孙之福祉，吾身所贻者是，要思其倾覆之易。

九十五

君子而诈善，无异小人之肆恶；君子而改节，不及小人之自新。

九十六

家人有过，不宜暴怒，不宜轻弃。此事难言，借他事隐讽之；今日不悟，俟来日再警之。如春风解冻，如和气消冰，才是家庭的型范。

九十七

此心常看得圆满，天下自无缺陷之世界；此心常放得宽平，天下自无险侧之人情。

九十八

淡泊之士，必为浓艳者所疑；检饬之人，多为放肆者所忌。君子处此，固不可少变其操履，亦不可太露其锋芒。

九十九

居逆境中，周身皆针砭药石，砥节砺行而不觉；处顺境内，眼前尽兵刃戈矛，销膏靡骨而不知。

一〇〇

生长富贵丛中的，嗜欲如猛火，权势似烈焰。若不带些清冷气味，其火焰不至焚人，必将自烁矣。

—○—

人心一真，便霜可飞，城可陨，金石可镂。若伪妄之人，形骸徒具，真宰已亡，对人则面目可憎，独居则形影自愧。

一○二

文章做到极处，无有他奇，只是恰好；人品做到极处，无有他异，只是本然。

一○三

以幻境言，无论功名富贵，即肢体亦属委形；以真境言，无论父母兄弟，即万物皆吾一体。人能看得破，认得真，才可以任天下之负担，亦可脱世间之缰锁。

一○四

爽口之味，皆烂肠腐骨之药，五分便无殃；快心之事，悉败身丧德之媒，五分便无悔。

一○五

不责人小过，不发人隐私，不念人旧恶！三者可以养德，亦可以远害。

一○六

士君子持身不可轻，轻则物能挠我，而无悠闲镇定之趣；用意不可重，重则我为物泥，而无潇洒活泼之机。

一○七

天地有万古，此身不再得；人生只百年，此日最易过。幸生其间者，不可不知有生之乐，亦不可不怀虚生之忧。

一○八

怨因德彰，故使人德我，不若德怨之两忘；仇因恩立，故使人知恩，不若恩仇之俱泯。

一○九

老来疾病，都是壮时招的；衰后罪孽，都是盛时造的。故持盈履满，君子尤兢兢焉。

一一〇

市私恩，不如扶公议；结新知，不如敦旧好；立荣名，不如种隐德；尚奇节，不如谨庸行。

———

公平正论，不可犯手，一犯则贻羞万世；权门私窦，不可著脚，一著则玷污终身。

一一二

曲意而使人喜，不若直躬而使人忌；无善而致人誉，不若无恶而致人毁。

一一三

处父兄骨肉之变，宜从容，不宜激烈；遇朋友交游之失，宜剀切，不宜优游。

一一四

小处不渗漏，暗处不欺隐，末路不怠荒，才是个真正英雄。

一一五

千金难结一时之欢，一饭竟致终身之感。盖爱重反为仇，薄极翻成喜也。

一一六

藏巧于拙，用晦而明，寓清于浊，以屈为伸，真涉世之一壶，藏身之三窟也。

一一七

衰飒的景象就在盛满中，发生的机缄即在零落内。故君子居安宜操一心以虑患，处变当坚百忍以图成。

一一八

惊奇喜异者，无远大之识；苦节独行者，非恒久之操。

一一九

当怒火欲水正腾沸处，明明知得，又明明犯着。知的是谁？犯的又是谁？此处能猛然转念，邪魔便为真君矣。

一二〇

毋偏信而为奸所欺，毋自任而为气所使；毋以己之长而形人之短，毋因己之拙而忌人之能。

一二一

人之短处，要曲为弥缝，如暴而扬之，是以短攻短；人有顽固，要善为化诲，如忿而疾之，是以顽济顽。

一二二

遇沉沉不语之士，且莫输心；见悻悻自好之人，应须防口。

一二三

念头昏散处，要知提醒，念头吃紧时，要知放下；不然恐去昏昏之病，又来憧憧之扰矣。

一二四

霁日青天，倏变为迅雷震电；疾风怒雨，倏转为朗月晴空。气机何尝一毫凝滞，太虚何尝一毫障塞，人之心体，亦当如是。

一二五

胜私制欲之功，有曰：识不早，力不易者；有曰：识得破，忍不过者。盖识是一颗照魔的明珠，力是一把斩魔的慧剑，两不可少也。

一二六

觉人之诈，不形于言，受人之侮，不动于色，此中有无穷意味，亦有无穷受用。

一二七

横逆困穷，是锻炼豪杰的一副炉锤，能受其锻炼，则身心交益，不受其锻炼，则身心交损。

一二八

吾身一小天地也，使喜怒不愆，好恶有则，便是燮理的功夫；天地一大父母也，使民无怨咨，物无氛疹，亦是敦睦的气象。

一二九

害人之心不可有，防人之心不可无，此戒疏于虑也。宁受人之欺，勿逆人之诈，此警惕于察也。二语并存，精明而浑厚矣。

一三〇

毋因群疑而阻独见，毋任己意而废人言，毋私小惠而伤大体，毋借公论以快私情。

一三一

善人未能急亲，不宜预扬，恐来谗谮之奸；恶人未能轻去，不宜先发，恐遭媒孽之祸。

一三二

青天白日的节义，自暗室漏屋中培来；旋乾转坤的经纶，自临深履薄处操出。

一三三

父慈子孝，兄友弟恭，纵做到极处，俱是合当如此，著不得一丝感激的念头。如施者任德，受者怀恩，便是路人，便成市道矣。

一三四

有妍必有丑为之对，我不夸妍，谁能丑我？有洁必有污为之仇，我不好洁，谁能污我？

一三五

炎凉之态，富贵更甚于贫贱；妒忌之心，骨肉尤狠于外人。此处若不当以冷肠，御以平气，鲜不日坐烦恼障中矣。

一三六

功过不容少混，混则人怀惰隳之心；恩仇不可太明，明则人起携贰之志。

一三七

爵位不宜太盛，太盛则危；能事不宜尽毕，尽毕则衰；行谊不宜过高，过高则谤兴而毁来。

一三八

恶忌阴，善忌阳，故恶之显者祸浅，而隐者祸深；善之显者功小，而隐者功大。

一三九

德者才之主，才者德之奴。有才无德，如家无主而奴用事矣，几何不魍魉猖狂？

一四○

锄奸杜幸，要放他一条去路。若使这一无所容，譬如塞鼠穴者，一切去路都塞尽，则一切好物俱咬破矣。

一四一

当与人同过，不当与人同功，同功则相忌；可与人共患难，不可与人共安乐，安乐则相仇。

一四二

士君子贫不能济物者，遇人痴迷处，出一言提醒之；遇人急难处，出一言解救之，亦是无量功德。

一四三

饥则附，饱则飏，燠则趋，寒则弃，人情通患也。

一四四

君子宜净拭冷眼，慎勿轻动刚肠。

一四五

德随量进，量由识长，故欲厚其德，不可不弘其量；欲弘其量，不可不大其识。

一四六

一灯萤然，万籁无声，此吾人初入宴寂时也；晓梦初醒，群动未起，此吾人初出混沌处也。乘此而一念回光，炯然返照，始知耳目口鼻皆桎梏，而情欲嗜好悉机械矣。

一四七

反己者，触事皆成药石；尤人者，动念即是戈矛。一以辟众善之路，一以浚诸恶之源，相去霄壤矣。

一四八

事业文章随身销毁，而精神万古如新；功名富贵逐世转移，而气节千载一日。君子信不当以彼易此也。

一四九

鱼网之设，鸿则罹其中；螳螂之贪，雀又乘其后。机里藏机，变外生变，智巧何足恃哉？

一五○

作人无点真恳念头，便成个花子，事事皆虚；涉世无段圆活机趣，便是个木人，处处有碍。

一五一

水不波则自定，鉴不翳则自明，故心无可清，去其混之者，而清自现；乐不必寻，去其苦之者，而乐自存。

一五二

有一念而犯鬼神之禁，一言而伤天地之和，一事而酿子孙之祸者，最宜切戒。

一五三

事有急之不白者，宽之或自明，毋躁急以速其忿；人有操之不从者，纵之或自化，毋操切以益其顽。

一五四

节义傲青云，文章高白雪，若不以德性陶熔之，终为血气之私，技能之末。

一五五

谢世当谢于正盛之时，居身宜居于独后之地。

一五六

谨德须谨于至微之事，施恩务施于不报之人。

一五七

交市人不如友山翁；谒朱门不如亲白屋；听街谈巷语，不如闻樵歌牧咏；谈今人失德过举，不如述古人嘉言懿行。

一五八

德者事业之基，未有基不固而栋宇坚久者。

一五九

心者后裔之根，未有根不植而枝叶荣茂者。

一六○

前人云：“抛却自家无尽藏，沿门持钵效贫儿。”又云：“暴富贫儿休说梦，谁家灶里火无烟？”一箴自昧所有，一箴自夸所有，可为学问切戒。

一六一

道是一重公众物事，当随人而接引；学是一个寻常家饭，当随事而警惕。

一六二

信人者，人未必尽诚，己则独诚矣；疑人者，人未必皆诈，己则先诈矣。

一六三

念头宽厚的，如春风煦育，万物遭之而生；念头忌刻的，如朔雪阴凝，万物遭之而死。

一六四

为善不见其益，如草里冬瓜，自应暗长；为恶不见其损，如庭前春雪，当必潜消。

一六五

遇故旧之交，意气要愈新；处隐微之事，心迹宜愈显；待衰朽之人，恩礼当愈隆。

一六六

勤者敏于德义，而世人借勤以济其贫；俭者淡于货利，而世人假俭以饰其吝。君子持身之符，反为小人营私之具矣，惜哉！

一六七

凭意兴作为者，随作则随止，岂是不退之轮？从情识解悟者，有悟则有迷，终非常明之灯。

一六八

人之过误宜恕，而在己则不可恕；己之困辱宜忍，而在人则不可忍。

一六九

能脱俗便是奇，作意尚奇者，不为奇而为异；不合污便是清，绝俗求清者，不为清而为激。

一七○

恩宜自淡而浓，先浓后淡者，人忘其惠；威宜自严而宽，先宽后严者，人怨其酷。

一七一

心虚则性现，不息心而求见性，如拨波觅月；意净则心清，不了意而求明心，如索镜增尘。

一七二

我贵而人奉之，奉此峨冠大带也；我贱而人侮之，侮此布衣草履也。然则原非奉我，我胡为喜？原非侮我，我胡为怒？

一七三

“为鼠常留饭，怜蛾不点灯。”古人此等念头，是吾人一点生生之机。无此，便所谓土木形骸而已。

一七四

心体便是天体：一念之喜，景星庆云；一念之怒，震雷暴雨；一念之慈，和风甘露；一念之严，烈日秋霜；何者少得？只要随起随灭，廓然无碍，便与太虚同体。

一七五

无事时，心易昏冥，宜寂寂而照以惺惺；有事时，心易奔逸，宜惺惺而主以寂寂。

一七六

议事者身在事外，宜悉利害之情；任事者身居事中，当忘利害之虑。

一七七

士君子处权门要路，操履要严明，心气要和易，毋少随而近腥膻之党，亦毋过激而犯蜂虿之毒。

一七八

标节义者，必以节义受谤；榜道学者，常因道学招尤。故君子不近恶事，亦不立善名，只浑然和气，才是居身之珍。

一七九

遇欺诈之人，以诚心感动之；遇暴戾之人，以和气薰蒸之；遇倾邪私曲之人，以名义气节激励之，天下无不入我陶冶中矣。

一八○

一念慈祥，可以酝酿两间和气；寸心洁白，可以昭垂百代清芬。

一八一

阴谋怪习，异行奇能，俱是涉世的祸胎。只一个庸德庸行，便可以完混沌而招和平。

一八二

语云："登山耐侧路，踏雪耐危桥。"一"耐"字极有意味。如倾险之人情，坎坷之世道，若不得一耐字撑持过去，几何不堕入榛莽坑堑哉。

一八三

夸逞功业，炫耀文章，皆是靠外物做人。不知心体莹然，本来不失，即无寸功只字，亦自有堂堂正正做人处。

一八四

忙里要偷闲，须先向闲时讨个把柄；闹中要取静，须先从静处立个主宰。不然，未有不因境而迁，随时而靡者。

一八五

不昧己心，不尽人情，不竭物力；三者可以为天地立心，为生民立命，为子孙造福。

一八六

居官有二语，曰：“唯公则生明，唯廉则生威。”居家有二语，曰：“唯恕则情平，唯俭则用足。”

一八七

处富贵之地，要知贫贱的痛痒；当少壮之时，须念衰老的辛酸。

一八八

持身不可太皎洁，一切污辱垢秽，要茹纳得；与人不可太分明，一切善恶贤愚，要包容得。

一八九

休与小人仇雠，小人自有对头；休向君子谄媚，君子原无私惠。

一九○

纵欲之病可医，而势理之病难医；事物之障可除，而义理之障难除。

一九一

磨砺当如百炼之金，急就者，非邃养；施为宜似千钧之弩，轻发者，无宏功。

一九二

宁为小人所忌毁，毋为小人所媚悦；宁为君子所责备，毋为君子所包容。

一九三

好利者逸出于道义之外，其害显而浅；好名者窜入于道义之中，其害隐而深。

一九四

受人之恩，虽深不报，怨则浅亦报之。闻人之恶，虽隐不疑，善则显亦疑之。此刻之极，薄之尤也，宜切戒之。

一九五

谗夫毁士，如寸云蔽日，不久自明；媚子阿人，似隙风侵肌，不觉其损。

一九六

山之高峻处无木，而溪谷回环则草木丛生；水之湍急处无鱼，而渊潭停蓄则鱼鳖聚集。此高绝之行，褊急之衷，君子重有戒焉。

一九七

建功立业者，多虚圆之士；偾事失机者，必执拗之人。

一九八

处世不宜与俗同，亦不宜与俗异；作事不宜令人厌，亦不宜令人喜。

一九九

日既暮而犹烟霞绚烂，岁将晚而更橙桔芳馨。故末路晚年，君子更宜精神百倍。

二○○

鹰立如睡，虎行似病，正是它攫人噬人手段处。故君子要聪明不露，才华不逞，才有肩鸿任巨的力量。

二○一

俭，美德也，过则为悭吝，为鄙啬，反伤雅道；让，懿行也，过则为足恭，为曲谨，多出机心。

二○二

毋忧拂意，毋喜快心，毋恃久安，毋惮初难。

二○三

饮宴之乐多，不是个好人家；声华之习胜，不是个好士子；名位之念重，不是个好臣士。

二○四

世人以心肯处为乐，却被乐心引在苦处；达士以心拂处为乐，终为苦心换得乐来。

二○五

居盈满者，如水之将溢未溢，切忌再加一滴；处危急者，如木之将折未折，切忌再加一搦。

二○六

冷眼观人，冷耳听语，冷情当感，冷心思理。

二○七

仁人心地宽舒，便福厚而庆长，事事成个宽舒气象；鄙夫念头迫促，便禄薄而泽短，事事得个迫促规模。

二○八

闻恶不可就恶，恐为谗夫泄怒；闻善不可急亲，恐引奸人进身。

二○九

性躁心粗者一事无成；心和气平者百福自集。

二一〇

用人不宜刻，刻则思效者去；交友不宜滥，滥则贡谀者来。

二一一

风斜雨急处，要立得脚定；花浓柳艳处，要著得眼高；路危径险处，要回得头早。

二一二

节义之人济以和衷，才不启忿争之路；功名之士承以谦德，方不开嫉妒之门。

二一三

士大夫居官，不可竿牍无节，要使人难见，以杜幸端；居乡，不可崖岸太高，要使人易见，以敦旧好。

二一四

大人不可不畏，畏大人则无放逸之心；小民亦不可不畏，畏小民则无豪横之名。

二一五

事稍拂逆，便思不如我的人，则怨尤自消；心稍怠荒，便思胜似我的人，则精神自奋。

二一六

不可乘喜而轻诺，不可因醉而生嗔，不可乘快而多事，不可因倦而鲜终。

二一七

善读书者，要读到手舞足蹈处，方不落筌蹄；善观物者，要观到心融神洽时，方不泥迹象。

二一八

天贤一人，以诲众人之愚，而世反逞所长，以形人之短；天富一人，以济众人之困，而世反挟所有，以凌人之贫；真天之戮民哉！

二一九

至人何思何虑，愚人不识不知，可与论学，亦可与建功。唯中才的人，多一番思虑知识，便多一番臆度猜疑，事事难与下手。

二二○

口乃心之门，守口不密，泄尽真机；意乃心之足，防意不严，走尽邪蹊。

二二一

责人者，原无过于有过之中，则情平；责己者，求有过于无过之内，则德进。

二二二

子弟者，大人之胚胎；秀才者，士大夫之胚胎。此时若火力不到，陶铸不纯，他日涉世立朝，终难成个令器。

二二三

君子处患难而不忧，当宴游而惕虑；遇权豪而不惧，对茕独而惊心。

二二四

桃李虽艳，何如松苍柏翠之坚贞；梨杏虽甘，何如橙黄橘绿之馨冽？信乎，浓夭不及淡久，早秀不如晚成也。

二二五

风恬浪静中，见人生之真境；味淡声稀处，识心体之本然。

二二六

谈山林之乐者，未必真得山林之趣；厌名利之谈者，未必尽忘名利之情。

二二七

钓水，逸事也，尚持生杀之柄；弈棋，清戏也，且动战争之心。可见喜事不如省事之为适，多能不若无能之全真。

二二八

莺花茂而山浓谷艳，总是乾坤之幻境；水木落而石瘦崖枯，才见天地之真吾。

二二九

岁月本长，而忙者自促；天地本宽，而卑者自隘；风花雪月本闲，而劳攘者自冗。

二三○

得趣不在多，盆池拳石间，烟霞俱足；会景不在远，蓬窗竹屋下，风月自赊。

二三一

听静夜之钟声，唤醒梦中之梦；观澄潭之月影，窥见身外之身。

二三二

鸟语虫声，总是传心之诀；花英草色，无非见道之文。学者要天机清澈，胸次玲珑，触物皆有会心处。

二三三

人解读有字书，不解读无字书；知弹有弦琴，不知弹无弦琴。以迹用，不以神用，何以得琴书之趣？

二三四

心无物欲，即是秋空霁海；坐有琴书，便成石室丹丘。

二三五

宾朋云集，剧饮淋漓，乐矣，俄而漏尽烛残，香销茗冷，不觉反成呕咽，令人索然无味。天下事率类此，奈何不早回头也。

二三六

会得个中趣，五湖之烟月尽入寸里；破得眼前机，千古之英雄尽归掌握。

二三七

山河大地已属微尘，而况尘中之尘；血肉身躯且归泡影，而况影外之影。非上上智，无了了心。

二三八

石火光中争长竞短，几何光阴？蜗牛角上较雌论雄，许大世界？

二三九

寒灯无焰，敝裘无温，总是播弄光景；身如槁木，心似死灰，不免堕在顽空。

二四○

人肯当下休，便当下了。

若要寻个歇处，则婚嫁虽完，事亦不少，僧道虽好，心亦不了。前人云：“如今休去便休去，若觅了时无了时。”见之卓矣。

二四一

从冷视热，然后知热处之奔驰无益；从冗入闲，然后觉闲中之滋味最长。

二四二

有浮云富贵之风，而不必岩栖穴处；无膏肓泉石之癖，而常自醉酒耽诗。

二四三

竞逐听人，而不嫌尽醉；恬淡适己，而不夸独醒。此释氏所谓“不为法缠，不为空缠，身心两自在者”。

二四四

延促由于一念，宽窄系之寸心；故机闲者，一日遥于千古，意广者，斗室宽若两间。

二四五

损之又损，栽花种竹，尽交还乌有先生；忘无可忘，焚香煮茗，总不问白衣童子。

二四六

都来眼前事，知足者仙境，不知足者凡境；总出世上因，善用者生机，不善用者杀机。

二四七

趋炎附势之祸，甚惨亦甚速；栖恬守逸之味，最淡亦最长。

二四八

松涧边，携杖独行，立处云生破衲；竹窗下，枕书高卧，觉时月侵寒毡。

二四九

色欲火炽，而一念及病时，便兴似寒灰；名利饴甘，而一想到死地，便味如嚼蜡。故人常忧死虑病，亦可消幻业而长道心。

二五○

争先的径路窄，退后一步，自宽平一步；浓艳的滋味短，清淡一分，自悠长一分。

二五一

忙处不乱性，须闲处心神养得清；死时不动心，须生时事物看得破。

二五二

隐逸林中无荣辱；道义路上无炎凉。

二五三

热不必除，而除此热恼，身常在清凉台上；穷不可遣，而遣此穷愁，心常居安乐窝中。

二五四

进步处便思退步，庶免触藩之祸；着手时先图放手，才脱骑虎之危。

二五五

贪得者分金恨不得玉，封公怨不授侯，权豪自甘乞丐；知足者藜羹旨于膏粱，布袍暖于狐貉，编民不让王公。

二五六

矜名不若逃名趣，练事何如省事闲。

二五七

嗜寂者，观白云幽石而通玄；起荣者，见清歌妙舞而忘倦。唯自得之士，无喧寂，无荣枯，无往非自适之天。

二五八

孤云出岫，去留一无所系；朗镜悬空，静躁两不相干。

二五九

悠长之趣，不得于醲，而得于啜菽饮水；惆恨之怀，不生于枯寂，而生于品竹调丝。故知浓处味常短，淡中趣独真也。

二六○

禅宗曰："饥来吃饭倦来眠。"诗旨曰："眼前景致口头语。"盖极高寓于极平，至难出于至易；有意者反远，无心者自近也。

二六一

水流而境无声，得处喧见寂之趣；山高而云不碍，悟出有入无之机。

二六二

山林是胜地，一营恋便成市朝；书画是雅事，一贪痴便成商贾。盖心无染著，欲境是仙都；心有系恋，乐境成苦海矣。

二六三

时当喧杂，则平日所记忆者，皆漫然忘去；境在清宁，则夙昔所遗忘者，又恍尔现前。可见静躁稍分，昏明顿异也。

二六四

芦花被下，卧雪眠云，保全得一窝夜气；竹叶杯中，吟风弄月，躲离了万丈红尘。

二六五

衮冕行中，著一藜杖的山人，便增一段高风；渔樵路上，著一衮衣的朝士，转添许多俗气。固知浓不胜淡，俗不如雅也。

二六六

出世之道，即在涉世中，不必绝人以逃世；了心之功，即在尽心内，不必绝欲以灰心。

二六七

此身常放在闲处，荣辱得失谁能差遣我；此心常安在静中，是非利害谁能瞒昧我。

二六八

竹篱下，忽闻犬吠鸡鸣，恍似云中世界；芸窗中，雅听蝉吟鸦噪，方知静里乾坤。

二六九

我不希荣，何忧乎利禄之香饵；我不竞进，何畏乎仕宦之危机。

二七○

徜徉于山林泉石之间，而尘心渐息；夷犹于诗书图画之内，而俗气潜消。故君子虽不玩物丧志，亦常借境调心。

二七一

春日气象繁华，令人心神骀荡，不若秋日云白风清，兰芳桂馥，水天一色，上下空明，使人神骨俱清也。

二七二

一字不识，而有诗意者，得诗家真趣；一偈不参，而有禅味者，悟禅教玄机。

二七三

机动的，弓影疑为蛇蝎，寝石视为伏虎，此中浑是杀气；念息的，石虎可作海鸥，蛙声可当鼓吹，触处俱见真机。

二七四

身如不系之舟，一任流行坎止；心似既灰之木，何妨刀割香涂。

二七五

人情听莺啼则喜，闻蛙鸣则厌，见花则思培之，遇草则欲去之，俱是以形气用事；若以性天视之，何者非自鸣其天机，非自畅其生意也。

二七六

发落齿疏，任幻形之凋谢；鸟吟花开，识自性之真如。

二七七

欲其中者，波沸寒潭，山林不见其寂；虚其中者，凉生酷暑，朝市不知其喧。

二七八

多藏者厚亡，故知富不如贫之无虑；高步者疾颠，故知贵不如贱之常安。

二七九

读《易》晓窗，丹砂研松间之露；谈经午案，宝磬宣竹下之风。

二八○

花居盆内终乏生机，鸟入笼中便减天趣；不若山间花鸟错集成文，翱翔自若，自是悠然会心。

二八一

世人只缘认得我字太真，故多种种嗜好种种烦恼。前人云：“不复知有我，安知物为贵？”又云：“知身不是我，烦恼更何侵？”真破的之言也。

二八二

自老视少，可以消奔驰角逐之心；自瘁视荣，可以绝纷华靡丽之念。

二八三

人情世态，倏忽万端，不宜认得太真。尧夫云：“昔日所云我而今却是伊，不知今日我又属后来谁。”人常作是观，便可解却胸中罥矣。

二八四

热闹中着一冷眼，便省许多苦心思；冷落处存一热心，便得许多真趣味。

二八五

有一乐境界，就有一不乐的相对待；有一好光景，就有一不好的相乘除。只是寻常家饭，素位风光，才是个安乐的窝巢。

二八六

帘栊高敞，看青山绿水吞吐云烟，识乾坤之自在；竹树扶疏，任乳燕鸣鸠送迎时序，知物我之两忘。

二八七

知成之必败，则求成之心不必太坚；知生之必死，则保生之道不必过劳。

二八八

古德云：“竹影扫阶尘不动，月轮穿沼水无痕。”吾儒云：“水流任急境常静，花落虽频意自闲。”人常持此意，以应事接物，身心何等自在！

二八九

林间松韵，石上泉声，静里听来，识天地自然鸣佩；草际烟光，水心云影，闲中观去，见乾坤最上文章。

二九○

眼看西晋之荆榛，犹矜白刃；身属北邙之狐兔，尚惜黄金。语云："猛兽易伏，人心难降；溪壑易填，人心难满。"信哉！

二九一

心地上无风涛，随在皆青山绿树；性天中有化育，触处见鱼跃鸢飞。

二九二

峨冠大带之士，一旦睹轻蓑小笠飘飘然逸也，未必不动其咨嗟；长筵广席之豪，一旦遇疏帘净几悠悠焉静也，未必不增其绻恋。人奈何驱以火牛，诱以风马，而不思自适其性哉？

二九三

鱼得水游而相忘乎水，鸟乘风飞而不知有风，识此可以超物累，可以乐天机。

二九四

狐眠败砌，兔走荒台，尽是当年歌舞之地；露冷黄花，烟迷衰草，悉属旧时争战之场。盛衰何常？强弱安在？念此，令人心灰！

二九五

宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。

二九六

晴空朗月，何处不可翱翔，而飞蛾独投夜烛；清泉绿果，何物不可饮啄，而鸱鸮偏嗜腐鼠。噫！世之不为飞蛾鸱鸮者，几何人哉？

二九七

才就筏便思舍筏，方是无事道人；若骑驴又复觅驴，终为不了禅师。

二九八

权贵龙骧，英雄虎战，以冷眼视之，如蚁聚膻，如蝇竞血；是非蜂起，得失猬兴，以冷情当之，如冶化金，如汤消雪。

二九九

羁锁于物欲，觉吾生之可哀；夷犹于性真，觉吾生之可乐。知其可哀，则尘情立破；知其可乐，则圣境自臻。

三〇〇

胸中即无半点物欲，已如雪消炉焰冰消日；眼前自有一段空明，时见月在青天影在波。

三〇一

诗思在灞陵桥上，微吟就，林岫便已浩然；野兴在镜湖曲边，独往时，山川自相映发。

三○二

伏久者飞必高，开先者谢独早。知此，可以免蹭蹬之忧，可以消躁急之念。

三〇三

树木至归根，而后知华萼枝叶之徒荣；人事至盖棺，而后知子女玉泉之无益。

三○四

真空不空，执相非真，破相亦非真，问世尊如何发付？在世出世，徇欲是苦，绝欲亦是苦，听吾侪善自修持！

三○五

烈士让千乘，贪夫争一文，人品星渊也，而好名不殊好利；天子营家国，乞人号饔飧，位分霄壤也，而焦思何异焦声。

三○六

饱谙世味，一任覆雨翻云，总慵开眼；会尽人情，随教呼牛唤马，只是点头。

三○七

今人专求无念而终不可无。只是前念不滞后念不迎，但将现在的随缘打发得去，自然渐渐入无。

三○八

意所偶会便成佳境，物出天然才见真机，若加一分调停布置，趣意便减矣。白氏云“意随无事适，风逐自然清。”有味哉，其言之也！

三○九

性天澄澈，即饥餐渴饮，无非康济身心；心地沉迷，纵谈禅演偈，总是播弄精魂。

三一〇

人心有个真境，非丝非竹而自恬愉，不烟不茗而自清芬。须念净境空，虑忘形释，才得以游衍其中。

三一一

金自矿出，玉从石生，非幻无以求真；道得酒中，仙遇花里，虽雅不能离俗。

三一二

天地中万物，人伦中万情，世界中万事，以俗眼观，纷纷各异，以道眼观，种种是常。何须分别？何须取舍？

三一三

神酣，布被窝中，得天地冲和之气；味足，藜羹饭后，识人生淡泊之真。

三一四

缠脱只在自心，心了则屠肆糟廛，居然净土。不然，纵一琴一鹤，一花一卉，嗜好虽清，魔障终在。语云：“能休，尘境为真境，未了，僧家是俗家。”信夫。

三一五

斗室中，万虑都捐，说甚画栋飞云，珠帘卷雨；三杯后，一真自得，唯知素琴横月，短笛吟风。

三一六

万籁寂寥中，忽闻一鸟弄声，便唤起许多幽趣；万卉摧剥后，忽见一枝擢秀，便触动无限生机。可见性天未常枯槁，机神最宜触发。

三一七

白氏云：“不如放身心，冥然任天造。”晁氏云：“不如收身心，凝然归寂定。”放者流为猖狂，收者入于枯寂。唯善操身心者，把柄在手，收放自如。

三一八

当雪夜月天，心境便尔澄澈；遇春风和气，意界亦自冲融；造化人心，混合无间。

三一九

文以拙进，道以拙成，一拙字有无限意味。如桃源犬吠，桑间鸡鸣，何等淳庞。至于寒潭之月，古木之鸦，工巧中便觉有衰飒气象矣。

三二○

以我转物者，得固不喜，失亦不忧，天地尽属逍遥；以物役我者，逆固生憎，顺亦生爱，一毫便生缠缚。

三二一

理寂则事寂，遣事执理者，似去影留形；心空则境空，去境存心者，如聚膻却蚋。

三二二

幽人清事总在自适，故酒以不劝为欢，棋以不争为胜，笛以无腔为适，琴以无弦为高，会以不期约为真率，客以不迎送为坦夷，若一牵文泥迹，便落尘世苦海矣！

三二三

试思未生之前有何像貌，又思既死之后有何景色，则万念灰冷，一性寂然，自可超物外，游象先。

三二四

遇病而后思强之为宝，处乱而后思平之为福，非蚤智也；幸福而先知其为祸之本，贪生而先知其为死之因，其卓见乎！

三二五

优人傅粉调朱，效妍丑于毫端，俄而歌残场罢，妍丑何存？奕者争先竞后，较雌雄于著子，俄而局尽子收，雌雄安在？

三二六

风花之潇洒，雪月之空清，唯静者为之主；水木之荣枯，竹石之消长，独闲者操其权。

三二七

田父野叟，语以黄鸡白酒则欣然喜，问以鼎食则不知；语以缊袍短褐则油然乐，问以衮服则不识。其天全，故其欲淡，此是人生第一个境界。

三二八

心无其心，何有于观，释氏曰：“观心者，重增其障；物本一物，何待于齐？”庄生曰“齐物者，自剖其同”。

三二九

笙歌正浓处，便自拂衣长往，羡达人撒手悬崖；更漏已残时，犹然夜行不休，笑俗士沉身苦海。

三三〇

把握未定，宜绝迹尘嚣，使此心不见可欲而不乱，以澄吾静体；操持既坚，又当混迹风尘，使此心见可欲而亦不乱，以养吾圆机。

三三一

喜寂厌喧者，往往避人以求静，不知意在无人便成我相，心着于静便是动根。如何到得人我一空，动静两忘的境界？

三三二

山居胸次清洒，触物皆有佳思；见孤云野鹤，而起超绝之想；遇石涧流泉，而动澡雪之思；抚老桧寒梅，而劲节挺立；侣沙鸥麋鹿，而机心顿忘。若一走入尘寰，无论物不相关，即此身亦属赘旒矣！

三三三

与逐时来，芳草中撒履闲行，野鸟忘机时作伴；景与心会，落花下披禁兀坐，白云无语漫相留。

三三四

人生福境祸区，皆念想造成。故释氏云：“利欲炽然即是火坑，贪爱沉溺便为苦海，一念清净烈焰成池，一念警觉航登彼岸。”念头稍异，境界顿殊，可不慎哉。

三三五

绳锯木断，水滴石穿，学道者须加力索；水到渠成，瓜熟蒂落，得道者一任天机。

三三六

机息时，便有月到风来，不必苦海人世；心远处，自无车尘马迹，何须痼疾丘山。

三三七

草木才零落，便露萌颖于根底；时序虽凝寒，终回阳气于飞灰。肃杀之中，生生之意常为之主，即是可以见天地之心。

三三八

雨余观山色，景象便觉新妍；夜静听钟声，音响尤为清越。

三三九

登高使人心旷，临流使人意远；读书于雨雪之夜，使人神清；舒啸于丘阜之巅，使人兴迈。

三四○

心旷，则万钟如瓦缶；心隘，则一发似车轮。

三四一

无风月花柳，不成造化，无情欲嗜好，不成心体。只以我转物，不以物役我，则嗜欲莫非天机，尘情即是理境矣。

三四二

就一身了一身者，方能以万物付万物；还天下于天下者，方能出世间于世间。

三四三

人生太闲，则别念窃生；太忙，则真性不现。故士君子不可不拘身心之忧，亦不可不耽风月之趣。

三四四

人心多从动处失真。若一念不生，澄然静坐；云兴而悠然共逝，雨滴而泠然俱清，鸟啼而欣然有会，花落而潇然自得。何地非真境？何物无真机？

三四五

子生而母危，镪积而盗窥，何喜非忧也；贫可以节用，病可以保身，何忧非喜也。故达人当顺逆一视，而欣戚两忘。

三四六

耳根似飙谷投响，过而不留，则是非俱谢；心境如月池浸色，空而不著，则物我两忘。

三四七

世人为荣利缠缚，动曰：“尘世苦海。”不知云白山青，川行石立，花迎鸟咲，谷答樵讴，世亦不尘，海亦不苦，彼自尘苦其心尔。

三四八

花看半开，酒饮微醉，此中大有佳趣。若至烂漫，便成恶境矣。履盈满者宜思之。

三四九

山肴不受世间灌溉，野禽不受世间豢养，其味皆香而且冽，吾人能不为世法所点染，其臭味不迥然别乎？

三五○

栽花种竹，玩鹤观鱼，亦要有段自得处。若徒留连光景，玩弄物华，亦吾儒之口耳，释氏之顽空而已，有何佳趣？

三五一

山林之士，清苦而逸趣自饶；农野之人，鄙略而天真浑具。若一失身市井驵侩，不若转死沟壑神骨犹清。

三五二

非分之福，无故之获，非造物之钓饵，即人世之机阱。此处著眼不高，鲜不堕彼术中矣。

三五三

人生原是一傀儡，只要根蒂在手，一线不乱，卷舒自由，行止在我，一毫不受他人提掇，便超出此场中矣！

三五四

一事起则一害生，故天下常以无事为福。读前人诗云“劝君莫话封侯事，一将功成万骨枯。”又云：“天下常令万事平，匣中不惜千年死。”虽有雄心猛气，不觉化为冰霰矣。

三五五

淫奔之妇，矫而为尼；热中之人，激而入道。清净之门，常为淫邪之渊薮也如此。

三五六

波浪兼天，舟中不知惧，而舟外者寒心；猖狂骂坐，席上不知警，而席外者咋舌。故君子身虽在事中，心要超事外也。

三五七

人生减省一分，便超脱一分，如交游减便免纷扰；言语减便寡愆尤；思虑减则精神不耗；聪明减则混沌可完。彼不求日减而求日增者，真桎梏此生哉！

三五八

天运之寒暑易避，人生之炎凉难除；人世之炎凉易除，吾心之冰炭难去。去得此中之冰炭，则满腔皆和气，自随地有春风矣。

三五九

茶不求精而壶亦不燥，酒不求冽而樽亦不空；素琴无弦而常调，短笛无腔而自适；纵难超越羲皇，亦可匹俦嵇阮。

三六○

释氏随缘，吾儒素位，四字是渡海的浮囊。盖世路茫茫，一念求全，则万绪纷起，随遇而安，则无入不得矣。